

**PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP  
KEMAMPUAN GERAK DASAR PADA SHOOTING DALAM PERMAINAN  
SEPAK BOLA PESERTA KELAS VIII SMP NEGERI 1 TOULUAAN**

<sup>1</sup> Herly Mokodaser., <sup>2</sup> Yuliana Sattu., <sup>3</sup> Djajaty. M. Lolowang

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia Email:

<sup>1</sup> Mokodaserherly@gmail.com <sup>2</sup>[julianasattu@unima.ac.id](mailto:julianasattu@unima.ac.id) <sup>3</sup>[djajatylolowang@unima.ac.id](mailto:djajatylolowang@unima.ac.id)

Diterima: 20 -08-2025 Direvisi : 29 -08-2025 Disetujui : 01 -09 -2025

**Abstrak**

Penguasaan gerak dasar shooting pada sepak bola meningkat secara signifikan melalui penerapan gaya mengajar Latihan, memungkinkan siswa untuk berlatih, mengamati, dan memperbaiki gerakan secara mandiri. Kelompok eksperimen memperoleh skor rata-rata 3,3 (SD = 0,9787) lebih tinggi dibanding kelompok kontrol 0,5 (SD = 0,6882). Uji hipotesis menunjukkan  $t_{hitung} = 10,4712 > t_{tabel} = 2,0243$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_A$  diterima. Instrumen berupa tes gerak dasar shooting dengan alat pendukung bola, sempritan, cone, dan kartu tugas. Dari populasi 189 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan, diambil 40 sampel secara acak menggunakan simple random sampling dan dikelompokkan melalui ordinal pairing. Penelitian dilakukan dengan metode eksperimen dan desain pre-test serta post-test randomized control group design.

Kata kunci: Gaya mengajar Latihan, gerak dasar shooting, sepak bola, eksperimen.

**Abstract**

*Mastery of basic shooting movements in soccer increased significantly through the application of the Drill teaching style, allowing students to practice, observe, and improve movements independently. The experimental group obtained an average score of 3.3 (SD = 0.9787) higher than the control group 0.5 (SD = 0.6882). Hypothesis testing showed  $t_{count} = 10.4712 > t_{table} = 2.0243$ , so  $H_0$  was rejected and  $H_A$  was accepted. The instrument was a basic shooting movement test with supporting tools such as balls, syringes, cones, and task cards. From a population of 189 eighth-grade students of SMP Negeri 1 Touluaan, 40 samples were randomly selected using simple random sampling and grouped using ordinal pairing. The study was conducted using an experimental method and a pre-test and post-test randomized control group design..*

*Keywords: "Practice" teaching style, basic shooting movements, soccer, experiment.*

## PENDAHULUAN

Melalui Pendidikan yang sangat penting di perlukan melalui kesinambungan antara setiap kehidupan manusia. Pendidikan tidak hanya berperan bagi kehidupan seseorang saja, melainkan pendidikan juga sangat penting demi berlangsungnya kehidupan berbangsa dan bernegara. pendapat oleh Oemar Hamalik yang menyatakan bahwa:

Pendidikan memiliki kontribusi besar dalam peningkatan kualitas setiap individu maupun bangsa, karena proses ini membantu siswa menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan membawa perubahan positif dalam diri mereka sehingga siap menjalankan fungsi sosial di masyarakat.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, pendidikan adalah elemen kepada setiap individu sangat penting agar kualitas hidupnya meningkat. Penting dipahami bahwa pendidikan bukan hanya tentang kemampuan intelektual seseorang, melainkan harus mencakup seluruh aspek kehidupan individu yang terlibat. Di sinilah pembelajaran dalam sistem pendidikan memainkan perannya. Salah satu bentuk

pembelajaran yang dapat menjangkau setiap aspek kehidupan peserta didik adalah pendidikan jasmani atau Penjas.

Menurut pendapat para ahli, pendidikan jasmani mencakup berbagai cabang olahraga seperti, senam, voli, , tenis meja, takraw, sepak bolabulu tangkis, renang, atletik, pencak silat, dan bola basket yang diprogramkan dalam kurikulum. Sejalan dengan itu, Melyza dan Marsheilla menjelaskan bahwa pendidikan jasmani adalah proses belajar yang terstruktur dengan aktivitas jasmani untuk meningkatkan perkembangan kognitif, organik, perseptual, neuromuskuler, dan emosional peserta didik.

Menurut ungkapan ini, tindak hanya terpaku pada kegiatan fisik saja. Lebih dari itu, pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan individu dalam seluruh aspek kehidupan. Di sekolah, pendidikan jasmani diintegrasikan ke dalam kurikulum sebagai mata pelajaran

(PJOK), olahraga dan permainan digunakan sebagai sarana untuk mencapai tujuan pembelajaran. Penekanan PJOK bukan pada prestasi, melainkan pada seberapa besar kontribusinya dalam membentuk kesehatan fisik, pengetahuan, mental, serta karakter peserta didik. Salah satu cabang olahraga yang digunakan dalam PJOK untuk mencapai tujuan tersebut adalah sepak bola.

Kajian ini menitikberatkan pada hubungan antara sepak bola dengan kebugaran tubuh, sebagaimana dijelaskan Muhyi Faruq bahwa permainan sepak bola merupakan aktivitas fisik yang tidak terpaku dalam kebugaran jasmani yang hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberi manfaat mental, sosial, bahkan terkait prestasi. Pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa selain memberi manfaat pada kebugaran jasmani, permainan sepak bola juga ternyata memberi manfaat pada mental seseorang.

Bermain bola dalam permainan sepak bola tidak bisa dilakukan sembarangan, karena ada beberapa teknik yang di gunakan yang perlu diketahui dalam permainan sepak bola yang berperan penting dalam permainan serta terhadap pemain juga. Teknik menjaga gawang, merebut bola, memotong umpan, melakukan lemparan ke dalam, menghentikan bola, menyundul, mengoper, menggiring, hingga menendang bola, seluruhnya merupakan bagian dari keterampilan dasar sepak bola. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, dalam PJOK yang dinilai bukanlah prestasi, apalagi prestasi dalam cabang olahraga tertentu. Yang lebih penting untuk diperhatikan adalah sejauh mana peserta didik mampu memahami konsep gerak. Setiap teknik dasar tentunya terdiri dari gerakan-gerakan yang terstruktur, yang pada akhirnya membentuk suatu teknik dasar. Gerakan-gerakan yang membentuk teknik dasar ini disebut sebagai gerak dasar.

Gerak dasar adalah gerakan-gerakan yang kita lakukan sehari-hari, seperti melompat, memanjat, mendorong, menarik, mengayuh, menendang, dan memutar badan. Berdasarkan pernyataan ini, jelas bahwa gerak dasar merupakan rangkaian gerak yang selalu ada dalam

setiap aktivitas manusia. Hal ini juga termasuk dalam teknik dasar yang dilakukan melalui shooting. Gerak dasar yang di lakukan merupakan salah satu materi pembelajaran PJOK yang ada di sekolah. Salah satu sekolah yang mengajarkan gerak dasar pada shooting melalui permainan yang di berikan kepada peserta didik adalah SMP Negeri 1 Touluaan berupa permainan sepak bola.

SMP Negeri 1 Touluaan adalah sebuah sekolah yang berlokasi di Lobu 2, kecamatan Touluaan, Kabupaten Minahasa Tenggara, Provinsi Sulawesi Utara. Sekolah ini memiliki 487 peserta didik dan 39 guru, dengan 2 di antaranya adalah guru PJOK yang merupakan lulusan jurusan pendidikan olahraga. Selain itu, SMP Negeri 1 Touluaan juga terdapat tempat yang memadai melalui fasilitas yang ada dalam melakukan pembelajaran PJOK. Oleh karena itu, yang dilakukan berupa gerak dasar pada long pass dalam permainan sepak bola seharusnya dapat berjalan dengan baik.

Sayangnya keadaan yang sebenarnya terjadi berdasarkan apa yang diamati oleh peneliti di lapangan, ternyata ketika peserta didik mengikuti pembelajaran permainan sepak bola dalam melakukan gerak dasar shooting, terdapat peserta didik yang tidak memahami dan belum mampu mempraktekan gerak dasar tersebut. Peserta didik belum mampu untuk memahami urutan gerak dan pelaksanaan geraknya. Selain itu kurangnya minat dalam kegiatan pembelajaran PJOK materi gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola juga menjadi factor utama yang merubah serta dapat mempegaruhi penguasaan pemahaman dan praktek konspe gerak. Penyebab utamanya yaitu gaya mengajar yang kurang monoton, yaitu gaya mengajar yang semua proses terjadi dalam kelas hanya diperankan oleh guru saja, sedangkan peserta didik menjadi tidak aktif pada saat pembelajaran berlangsung.

Gaya mengajar yang dapat memberi pemahaman kepada peserta didik atas kesempatan yang di peroleh untuk belajar. Dalam memberikan kesempatan pembelajaran yang di lakukan peserta didik sehinga mampu melakukan Latihan berdasarkan gaya mengajar yang di berikan

untuk para siswa lebih leluasa melakukan pembelajaran, namun tetap selalu diawasi oleh guru sehingga proses pembelajaran berjalan dengan baik dan mengikuti instruksi dari guru. Dalam gaya mengajar latihan, selain mendapat kesempatan yang luas, peserta didik juga mendapatkan kartu tugas.

Kartu tugas merupakan lembaran yang di dalamnya terdapat kriteria dan penjelasan tentang gerakan-gerakan yang perlu diperhatikan dan dipahami oleh peserta didik. Melalui kartu tugas inilah peserta didik bisa memperoleh kesempatan untuk belajar meningkatkan kemampuan kognitifnya. Dengan adanya keunggulan dari gaya mengajar latihan ini, sehingga membuat penelitian terdorong untuk melakukan penelitian.

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Tujuan Operasional Penelitian**

Dalam membandingkan skor rata-rata gerak dasar shooting antara siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan yang menerima perlakuan dalam gaya mengajar latihan dan mereka yang tidak menerima perlakuan, guna menilai perbedaan kemampuan kedua kelompok.

### **B. Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini, shooting dalam permainan sepak bola ditetapkan sebagai variabel terikat melalui penguasaan gerak dasar, sementara gaya mengajar latihan berperan sebagai variabel bebas.

### **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Gerak dasar yang di lakukan termasuk ke dalam kategori gerak manipulatif yang di lakukan adalah shooting yang di lakukan saat bermain. Gerakan ini terbentuk dari beberapa rangkaian, yaitu berdiri, berlari, menekuk, mengayun, dan melangkah, yang membentuk satu teknik dasar shooting secara utuh. Karena pelaksanaan gerak dasar shooting dalam sepak bola melibatkan bola sebagai media, maka pemberian perlakuan dengan pendekatan gaya mengajar latihan menjadi metode yang tepat untuk meningkatkan keterampilan tersebut.

Peserta didik diberi kebebasan untuk mempelajari dan mempraktikkan gerak sesuai kriteria pada kartu tugas, yang disediakan oleh guru. Peran guru dalam gaya mengajar latihan adalah sebagai instruktur sekaligus fasilitator melalui kartu tugas tersebut. Dengan demikian,

selain memiliki kesempatan lebih banyak untuk mempraktikkan gerakan, peserta didik juga memiliki peluang untuk belajar secara kognitif melalui pengamatan dan pemahaman materi dalam kartu tugas.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani pada materi dalam melakukan gaya mengajar terhadap shooting yang di lakukan dalam permainan sepak bola dapat dilakukan melalui langkah-langkah berikut: Pertama, guru harus menyiapkan kartu tugas terlebih dahulu. Sebagaimana dijelaskan dalam teori-teori sebelumnya, kartu tugas ini memuat konsep gerak yang akan menjadi panduan bagi peserta didik dalam mempraktikkan gerakan. Kartu tugas ini disiapkan oleh guru sesuai dengan jumlah peserta didik, karena akan dibagikan kepada mereka yang akan menjalani proses pembelajaran.

Selanjutnya, meskipun guru telah memberikan kartu tugas kepada peserta didik, guru tetap perlu menjelaskan dan memperagakan gerak dasar shooting dalam yang di lakukan dengan benar. Melalui kartu tugas yang disiapkan guru, siswa memiliki kesempatan untuk berlatih gerak secara mandiri sesuai kriteria, sementara guru bertugas menjadi instruktur sekaligus fasilitator dalam proses pembelajaran.

Setelah itu, peran guru membuat siswa kesempatan untuk melakukan suatu praktek rangkaian gerak dasar yang tercantum dalam kartu tugas. Namun, guru tetap harus mengamati dan serta melihat apakah ada kesalahan gerakan yang mungkin dilakukan peserta didik sehingga di berikan koreksi untuk memperbaiki. Peningkatan pada siswa dalam mempraktikkan gerak dasar melalui shooting yang telah di ajarkan dalam permainan sepak bola, guru juga perlu terus mengingatkan mereka untuk memperhatikan konsep gerak yang terdapat dalam kartu tugas. Dengan dukungan kartu tugas, siswa dapat melatih gerak dasar shooting sekaligus mengembangkan kemampuan kognitif dan psikomotorik, sementara langkah pembelajaran dijalankan secara terus-menerus dan berulang.

Kelompok kontrol tidak diperbolehkan hadir, mengamati, atau bertanya mengenai gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola yang sedang dipelajari oleh kelompok eksperimen. Kelompok eksperimen, sebaliknya, akan mendapatkan perlakuan menggunakan gerak dasar shooting terhadap gaya mengajar dalam setiap pembelajaran. Sebelum pembagian kelompok, peneliti melaksanakan pre-test untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar peserta pada shooting. Setelah hasil pre-test diperoleh, peserta didik dibagi menjadi dua kelompok.

Pelaksanaan perlakuan terhadap kelompok eksperimen dilakukan selama dua kali seminggu, dengan durasi 2 x 40 menit tiap pertemuan yang di lakukan selama satu bulan. Dan untuk melihat apakah ada perubahan yang signifikan terhadap gerak dasar pada shooting yang

di lakukan dalam pembelajaran gerak dasar melauai permainan sepak bola, digunakan intrumen penelitian “tes kemampuan gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola”.

#### D. Desain Penelitian

Melalui desain penelitian “pre-test and post-test randomized control group design.

**Tabel 3.1**  
**Pre-Test And Post-Test Randomized Control Group Design**

Kelompok	Pre-Test	Treatment	Post-Test
E	Y1	X	Y2
P	Y1	-	Y2

Keterangan:

E : Kelompok Eksperimen

Y2 : Tes Akhir

- : Tanpa Perlakuan

Y1 : Tes Awal

P : Kelompok Pengendali (Kontrol)

X : Di Berikan Perlakuan

#### E. Metode Penelitian

Metode Penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen.

#### F. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lapangan olahraga SMP Negeri 1 Touluaan dengan frekuensi 2 kali pertemuan dalam seminggu selama 1 bulan, dan durasi 2 x 40 menit tiap kali pertemuan.

#### G. Populasi Dan Sampel

##### 1. Populasi

Penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan yang berjumlah 189 peserta..

##### 2. Sampel

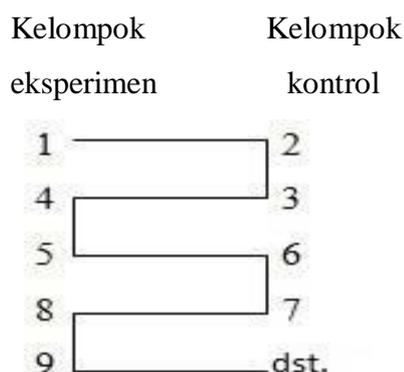
Terdapat 40 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan yang di ambil menjadi sampel. Penetapan tersebut mengacu pada pendapat Sugiyono menjelaskan bagian dari populasi, dan diperkuat oleh aturan Winarno Surahmad mengenai perbandingan persentase pengambilan sampel dari jumlah populasi.

##### 3. Teknik Sampling

Dari populasi penelitian ini, peneliti mengambil secara acak 40 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan dan membaginya menjadi dua kelompok, masing-masing beranggotakan 20 peserta. Dengan demikian, metode simple random sampling digunakan sebagai cara memilih sampel secara acak. Sugiyono menjelaskan bahwa teknik ini mengambil sampel tanpa mempertimbangkan tingkatan atau strata dalam populasi.

**4. Pengelompokkan Sampel**

Dalam penelitian ini, pemisahan sampel ke dalam dua kelompok dilakukan melalui cara ordinal pairing yang diterapkan oleh peneliti. Dalam ordinal pairing, sampel ditempatkan ke dalam kelompok sesuai pola huruf S setelah melalui sistem perengkingan, sehingga metode ini digunakan untuk memasang dan mengelompokkan sampel penelitian. Langkah-langkah dalam pengelompokkan dengan ordinal pairing adalah pertama-tama peneliti mengurutkan skor dari seluruh sampel yang di ambil dari yang paling rendah sampai yang paling tertinggi. kemudian membagi kelompok dengan pola sebagai berikut:



Dengan penggunaan cara ordinal pairing ini, sampel dapat dibagi secara merata. Artinya tidak ada kelompok yang lebih unggul, melainkan kedua kelompok mempunyai taraf kemampuan yang relative sama dan seimbang.

**H. Instrumen Penelitian**

Instrumen ini menggunakan “tes keterampilan gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola”. Dan untuk alat-alat yang dibutuhkan adalah: Bola kaki, sempritan, cone, dan alat tulis menulis.

**Tabel 3.2**

**Instrumen tes gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola**

Variabel	Domain	Indikator	Sub Indikator	Item	Skor
----------	--------	-----------	---------------	------	------

				B	C	K	
				3	2	1	
Shooting yang dilakukan berupa gerak dasar permainan sepak bola	Sikap Awal	Berdiri	Berdiri dengan kaki selebar bahu				
			Menghadap ke arah bola dan sasaran shooting				
			Posisi berdiri sekitar 1,5 meter dari bola				
	Pelaksanaan	Berlari (lokomotor)	Berlari dengan diawali langkah kecil				
			Mengarah ke bola				
			1 langkah terakhir adalah langkah yang agak panjang dengan tumpuan di samping bola.				
		Menekuk (nonlokomotor)	Posisikan kaki penumpuh berada di samping bola				
			Tekuk lutut penumpuh				
			Pada saat kaki penendang ditarik ke belakang, lutut sedikit ditekuk				

		Mengayun (lokomotor)	Kaki untuk menendang ditarik ke belakang				
			Tangan diarahkan ke samping tubuh agar dapat menjaga keseimbangan tubuh.				
			Kaki penendang yang ditarik ke belakang diayunkan ke arah bola dengan perkenaan pada bagian tengah bola.				
Sikap Akhir	Melangkah (lokomotor)	Kaki penendang mengikuti arah tendangan					
		Melangkah sesuai dengan arah shooting.					
		Berdiri rileks dan tidak tegang.					
TOTAL SKOR							

Keterangan :

K (Kurang) = 1

C (Cukup) = 2

B (Baik) = 3

**I. Teknik Pengumpulan Data**

Data yang di peroleh berdasarkan penelitian yang di lakukan.

- 1) pelaksanaan tes awal (pre-test) untuk dapat di lakukan agar supaya mengetahui kemampuan awal gerak dasar sepak bola sebelum diberi perlakuan dalam melakukan shooting
- 2) Diberi perlakuan dengan gaya mengajar latihan kepada kelompok eksperimen dengan waktu dua kali seminggu selama 1 bulan.

- 3) Melakukan tes akhir (post-test) untuk dapat mengetahui pengaruh dari perlakuan yang diberikan oleh peneliti.
  - a. Untuk melakukan tes ini, diperlukan poin-poin yang menjadi acuan yang telah dicantumkan dalam instrument tes gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola Peserta tes melakukan pemanasan di tempat tes.
  - b. Peserta dipanggil sesuai dengan urutan yang telah dibagikan sebelumnya.
  - c. Mempraktekan gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola sesuai dengan aba-aba dari tester.
  - d. Masing-masing peserta diberikan kesempatan dua kali yang di lakukan dalam permainan sepak bola berupa gerak dasar melakukan shooting.

### J. Teknik Analisis Data

Untuk menguji dari hasil tes diatas, digunakanlah pengujian sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Untuk menguji normalitas data, maka akan digunakan “Uji Liliefors”

2. Uji Homogenitas

Untuk menguji kesamaan varians data digunakan rumus Uji F sebagai berikut:

$$F = \frac{\text{variens terbesar}}{\text{variens terkecil}}$$

3. Uji t Dengan Taraf Signifikan  $\alpha = 0,05$

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \dots\dots$$

$$S = \frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)} \dots\dots$$

Keterangan:

$s_2^2$  = Nilai varians kelompok control

$\bar{x}_1$  = Nilai rata-rata kemampuan gerak dasar guling depan kelompok

Eksperimen

$n_1$  = jumlah sampel kelompok eksperimen

$s$  = Standart deviasi

$\bar{x}_2$  = Nilai rata-rata kemampuan gerak dasar guling depan Kontrol

$n_2$  = jumlah sampel kelompok control

$s_1^2$  = Nilai varians kelompok eksperimen

### K. Hipotesa Statistik

Hipotesa statistic untuk uji t dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  adalah sebagai berikut:

$H_0 : \mu_1 \leq \mu_2$  terima  $H_0$  jika  $t_0 < t_t (\alpha=0,05)$

$H_1 : \mu_1 \geq \mu_2$  tolak  $H_0$  jika  $t_0 > t_t (\alpha=0,05)$

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Penyajian Data

Pelaksanaan yang di lakukan berdasarkan penelitian ini terdapat adanya permasalahan yang di temukan dalam melakukan observasi di lapangan. Permasalahan tersebut muncul selama proses pembelajaran berlangsung, di mana peserta didik kelas VIII terlihat kurang aktif. Kondisi ini disebabkan oleh tidak tersedianya panduan atau pedoman yang dapat membantu mereka dalam memperagakan gerak dasar pada shooting. Meskipun guru telah memberikan penjelasan mengenai gerakan tersebut, peserta didik belum memiliki panduan yang jelas dan mudah dipahami, seperti penggunaan kartu tugas.

Disamping itu, peserta didik juga tidak diberi kesempatan untuk melakukan praktik berulang sesuai dengan pedoman yang terdapat dalam kartu tugas. Akibatnya, mereka kesulitan untuk memahami dan memperbaiki gerakan yang dilakukan secara mandiri. Padahal, tahapan-tahapan seperti memperagakan gerakan, merefleksikan secara mandiri, dan melakukan perbaikan gerakan merupakan bagian penting dari model pembelajaran dengan gaya mengajar Latihan. Penelitian ini laksanakan karena menjadi alasan utama dalam penelitian yang di lakukan.

Pengaruh signifikan penguasaan yang di lakukan melalui gaya mengajar sehingga di lakukan melalui permainan sepak bola seperti gerak dasar shooting melalui tes kemampuan gerak dasar yang di lakukan saat itu juga, lengan cara membandingkan siswa yang mendapat perlakuan dan mereka yang tidak diberikan perlakuan.

Instrumen penelitian berupa tes kemampuan dasar shooting dalam sepak bola. Rancangan eksperimen yang digunakan adalah pre-test dan post-test pada kelompok kontrol yang diacak. Peralatan yang dipakai antara lain sempritan, bola, kartu tugas, dan alat tulis. Sehingga pengambilan metode sampel yang di pilih berdasarkan simple random sampling, yang memungkinkan peserta dipilih secara acak tanpa memperhatikan prestasi akademik. Setelah itu, sampel dibagi menjadi dua kelompok: eksperimen dan kontrol. Kedua kelompok tersebut diambil dari populasi 189 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan.

Di peroleh hasil penelitian berupa data yang disajikan sebagai berikut. Kelompok kontrol terdiri dari 20 peserta didik kelas VIII yang tidak mendapatkan perlakuan, sedangkan kelompok eksperimen adalah 20 peserta didik kelas VIII yang diberi perlakuan menggunakan gaya mengajar Latihan.

**Tabel 4.1**  
**Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen**

No Sampel	Pre-Test	Post-Test	Gain (Selisih)
1.	6	9	3
2.	6	9	3
3.	6	8	2
4.	7	10	3
5.	7	11	4
6.	7	9	2
7.	7	10	3
8.	7	9	2
9.	8	12	4
10.	8	10	2
11.	8	12	4
12.	8	12	4
13.	8	11	3
14.	9	12	3
15.	9	13	4
16.	9	15	6
17.	9	13	4
18.	9	12	3
19.	10	13	3
20.	10	14	4

**Tabel 4.2**  
**Data Hasil Penelitian Kelompok Kontrol**

No Sampel	Pre-Test	Post-Test	Gain (Selisih)
1.	6	6	0
2.	6	7	1
3.	6	8	2
4.	6	7	1

5.	7	7	0
6.	7	7	0
7.	7	8	1
8.	7	7	0
9.	8	8	0
10.	8	9	1
11.	8	8	0
12.	8	9	1
13.	8	8	0
14.	9	9	0
15.	9	9	0
16.	9	9	0
17.	9	10	1
18.	9	11	2
19.	10	10	0
20.	10	10	0

Menghitung besaran statistik dari data-data di atas dapat menggunakan rumus-rumus berikut:

Rumus rata-rata :  $\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$

Rumus Standar deviasi :  $Sd = \sqrt{\frac{n \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2}{n \cdot (n-1)}}$

Rumus Varians : Varians =  $Sd^2$

**Tabel 4.3**

**Besaran Statistik Data Pre-Test Kedua Kelompok**

<b>Kelompok Eksperimen</b>	<b>Kelompok Kontrol</b>
n = 20	n = 20
$\bar{x}_1 = 7,9$	$\bar{x}_2 = 7,85$
$Sd_{x1} = 1,2524$	$Sd_{x2} = 1,3089$

$S_1^2 = 1,5685$	$S_2^2 = 1,7132$
------------------	------------------

**Tabel 4.4**  
**Gain Score Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

No Sampel	Kelompok Eksperimen (X <sub>1</sub> )	Kelompok Kontrol (X <sub>2</sub> )
1.	3	0
2.	3	1
3.	2	2
4.	3	1
5.	4	0
6.	2	0
7.	3	1
8.	2	0
9.	4	0
10.	2	1
11.	4	0
12.	4	1
13.	3	0
14.	3	0
15.	4	0
16.	6	0
17.	4	1
18.	3	2
19.	3	0
20.	4	0

Melalui kalkulator aritmatika, data gain score dari kedua kelompok dihitung untuk memperoleh nilai rata-rata, standar deviasi, jumlah sampel, serta varians. Dari penghitungan tersebut diperoleh hasil yang menjadi dasar dalam analisis statistik.

**Tabel 4.5**  
**Besaran Statistik Gain Score Kedua Kelompok**

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
$n = 20$	$n = 20$
$\bar{x}_1 = 3,3$	$\bar{x}_2 = 0,5$
$Sd_{x1} = 0,9787$	$Sd_{x2} = 0,6882$
$S_1^2 = 0,9578$	$S_2^2 = 0,4736$

## B. Analisis Data

Penggunaan uji Liliefors yang di lakukan berdasarkan normalitas data yang dianalisis, sementara kesamaan varians diuji dengan uji homogenitas. Setelah kedua persyaratan ini terpenuhi, langkah berikutnya ialah melaksanakan Uji t. Penggunaan Uji t ini bertujuan membuktikan apakah metode mengajar Latihan memberikan pengaruh pada penguasaan gerak dasar shooting dalam sepak bola terhadap dua kelompok yang diteliti.

### 1. Pengujian Normalitas Data Pre-Test Kelompok Eksperimen

Normalitas data dianalisis menggunakan uji Liliefors, sementara kesamaan varians diuji dengan uji homogenitas. Setelah kedua persyaratan ini terpenuhi, langkah berikutnya ialah melaksanakan Uji t. Penggunaan Uji t ini bertujuan membuktikan apakah metode mengajar Latihan memberikan pengaruh pada penguasaan gerak dasar shooting dalam sepak bola terhadap dua kelompok yang diteliti.

#### a. Langkah pertama :

Langkah yang dilakukan adalah Dalam penelitian ini, terlebih dahulu ditetapkan kriteria pengujian. Hipotesis yang diuji terbagi menjadi  $H_0$ , Hipotesis nol ( $H_0$ ) menekankan bahwa sampel diambil dari populasi yang memiliki distribusi normal, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_A$ ) menyatakan sampel diambil melalui distribusi yang tidak normal dari sampel yang di ambil berdasarkan populasi.

#### b. Langkah kedua :

Kriteria pengujian menyatakan bahwa  $H_0$  diterima jika nilai  $L_o$  tidak melebihi  $L_t$ , dan ditolak bila  $L_o$  melebihi  $L_t$ , dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

#### c. Langkah ketiga : Menghitung $z_i$ , $F(z_i)$ , $S(z_i)$ , dan hasil dari $F(z_i)$ dikurang $S(z_i)$ , serta masukan ke dalam tabel.

- 1) Untuk menghitung  $z_i$  digunakan rumus:  $z_i = (X - \bar{x})/Sd$ . Selanjutnya, nilai  $z_i$ ,  $F(z_i)$ ,  $S(z_i)$ , dan selisih  $F(z_i) - S(z_i)$  dicatat:
- 2) Apabila nilai  $z_i$  negatif,  $F(z_i)$  diperoleh dengan 0,5 dikurangi nilai desimal yang sesuai dari tabel kurva normal standar. Sebaliknya, jika  $z_i$  positif,  $F(z_i)$  dihitung dengan 0,5 ditambah nilai desimal dari tabel kurva normal standar. Besarnya  $F(z_i)$  ditentukan berdasarkan nilai  $z_i$  yang dicocokkan dengan tabel kurva normal standar, menggunakan tanda positif atau negatif dari  $z_i$  sebagai acuan.
- 3) Nilai  $S(z_i)$  adalah nilai yang diperoleh dari urutan  $x_{k1}, x_{k2}, \dots, x_{nk}$  yang dibagi dengan jumlah sampel ( $n$ ).
- 4) Kesimpulan normalitas data ditentukan dengan membandingkan  $L$  Observasi dengan nilai tabel Liliefors. Apabila  $L$  Observasi lebih kecil, maka data normal; namun bila lebih besar, maka data tidak normal.  $L$  Observasi ini merupakan nilai selisih paling besar dari perhitungan  $F(z_i)$  dikurangi  $S(z_i)$ .

Diketahui  $\bar{x} = 7,9$

$$Sd_{x1} = 1,2524$$

**Tabel 4.5**

**Menghitung  $z_i$  pada uji normalitas data pre-test penguasaan gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola kelompok eksperimen**

Dengan rumus :  $z_i = \frac{X - \bar{x}}{Sd}$

1) $z_i = \frac{6-7,9}{1,2524} = -1,52$	11) $z_i = \frac{8-7,9}{1,2524} = 0,08$
2) $z_i = \frac{6-7,9}{1,2524} = -1,52$	12) $z_i = \frac{8-7,9}{1,2524} = 0,08$
3) $z_i = \frac{6-7,9}{1,2524} = -1,52$	13) $z_i = \frac{8-7,9}{1,2524} = 0,08$
4) $z_i = \frac{7-7,9}{1,2524} = -0,72$	14) $z_i = \frac{9-7,9}{1,2524} = 0,88$
5) $z_i = \frac{7-7,9}{1,2524} = -1,52$	15) $z_i = \frac{9-7,9}{1,2524} = 0,88$
6) $z_i = \frac{7-7,9}{1,2524} = -1,52$	16) $z_i = \frac{9-7,9}{1,2524} = 0,88$
7) $z_i = \frac{7-7,9}{1,2524} = -1,52$	17) $z_i = \frac{9-7,9}{1,2524} = 0,88$

8) $z_i = \frac{7-7,9}{1,2524} = -1,52$	18) $z_i = \frac{9-7,9}{1,2524} = 0,88$
9) $z_i = \frac{8-7,9}{1,2524} = 0,08$	19) $z_i = \frac{10-7,9}{1,2524} = 1,68$
10) $z_i = \frac{8-7,9}{1,2524} = 0,08$	20) $z_i = \frac{10-7,9}{1,2524} = 1,68$

**Tabel 4.6**

**Perhitungan Uji Normalitas Data Pre-Test Penguasaan Gerak Dasar Pada Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Kelompok Eksperimen**

No	X	Z	F(z)	S(z)	!F(z)-s(z)
1	6	-1,52	0,0646	0,1500	0,0854
2	6	-1,52	0,0646	0,1500	0,0854
3	6	-1,52	0,0646	0,1500	0,0854
4	7	-0,72	0,2362	0,4000	<b>0,1638</b>
5	7	-0,72	0,2362	0,4000	0,1638
6	7	-0,72	0,2362	0,4000	0,1638
7	7	-0,72	0,2362	0,4000	0,1638
8	7	-0,72	0,2362	0,4000	0,1638
9	8	0,08	0,5318	0,6500	0,1182
10	8	0,08	0,5318	0,6500	0,1182
11	8	0,08	0,5318	0,6500	0,1182
12	8	0,08	0,5318	0,6500	0,1182
13	8	0,08	0,5318	0,6500	0,1182
14	9	0,88	0,8101	0,9000	0,0899
15	9	0,88	0,8101	0,9000	0,0899
16	9	0,88	0,8101	0,9000	0,0899
17	9	0,88	0,8101	0,9000	0,0899
18	9	0,88	0,8101	0,9000	0,0899
19	10	1,68	0,9532	1,0000	0,0468
20	10	1,68	0,9532	1,0000	0,0468

**d. Langkah Keempat:**

Uji normalitas menyimpulkan populasi berasal dari data yang normal, sebab Ho diterima. Penerimaan Ho didasarkan pada hasil perbandingan  $L_o =$

0,1638 yang lebih kecil daripada  $L_t = 0,19$ . Nilai  $L_o$  tersebut merupakan selisih tertinggi dari hasil perhitungan sebelumnya.

## 2. Pengujian Normalitas Data Pre Test Kelompok Kontrol

Melalui beberapa tahap pengujian, metode Liliefors diterapkan untuk mengecek normalitas sampel dalam penelitian ini.

### a. Langkah Pertama:

Dalam pengujian hipotesa, Dalam penelitian ini, hipotesis nol ( $H_0$ ) menunjukkan sampel dari populasi normal, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_A$ ) menegaskan sampel tidak mengikuti distribusi normal.

### b. Langkah Kedua:

Dalam pengujian,  $L_o$  dibandingkan dengan  $L_t$  untuk menentukan keputusan: jika  $L_o \leq L_t$ ,  $H_0$  diterima; jika  $L_o > L_t$ ,  $H_0$  ditolak. Tingkat signifikansi yang dipakai dalam pengujian ini adalah  $\alpha = 0,05$ .

### c. Langkah Ketiga: Menghitung $z_i$ , $F(z_i)$ , $S(z_j)$ dan selisih antara $F(z_i)$ - $S(z_i)$ serta masukan kedalam tabel.

1) Untuk menentukan  $z_i$  digunakan rumus sebagai berikut:

$$z_i = \frac{X - \bar{x}}{Sd}$$

2) Cara menentukan  $F(z_i)$  adalah dengan menggunakan tanda dari  $z_i$  sebagai panduan: jika nilai  $z_i$  negatif,  $F(z_i) = 0,5 - 0,(\text{angka dari tabel})$ , dan jika positif,  $F(z_i) = 0,5 + 0,(\text{angka dari tabel})$ . Nilai ini diperoleh dengan mengacu pada tabel standar kurva normal.

3) Nilai  $S(z_i)$  adalah nilai yang di peroleh dari urutan  $x_{k_1}, x_{k_2}, \dots, x_{k_n}$  dibagi dengan jumlah sampel.

4) Apabila  $L$  Observasi, yaitu nilai terbesar dari perbedaan antara  $F(z_i)$  dan  $S(z_i)$ , lebih kecil dari nilai tabel Liliefors pada  $n = 20$ , maka data berdistribusi normal. Namun, jika lebih besar dari nilai tabel, data dinyatakan tidak normal..

$$\text{Diketahui : } \bar{x}_2 = 7,85$$

$$Sd_2 = 1,3089$$

**Menghitung ( $z_i$ ) pada uji normalitas data pre-test penguasaan gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola kelompok kontrol**

Dengan rumus:  $z_i = \frac{X - \bar{x}}{Sd}$

1) $z_i = \frac{6-7,85}{1,3089} = -1,41$	11) $z_i = \frac{8-7,85}{1,3089} = 0,11$
2) $z_i = \frac{6-7,85}{1,3089} = -1,41$	12) $z_i = \frac{8-7,85}{1,3089} = 0,11$
3) $z_i = \frac{6-7,85}{1,3089} = -1,41$	13) $z_i = \frac{8-7,85}{1,3089} = 0,11$
4) $z_i = \frac{6-7,85}{1,3089} = -1,41$	14) $z_i = \frac{9-7,85}{1,3089} = 0,88$
5) $z_i = \frac{7-7,85}{1,3089} = -0,65$	15) $z_i = \frac{9-7,85}{1,3089} = 0,88$
6) $z_i = \frac{7-7,85}{1,3089} = -0,65$	16) $z_i = \frac{9-7,85}{1,3089} = 0,88$
7) $z_i = \frac{7-7,85}{1,3089} = -0,65$	17) $z_i = \frac{9-7,85}{1,3089} = 0,88$
8) $z_i = \frac{7-7,85}{1,3089} = -0,65$	18) $z_i = \frac{9-7,85}{1,3089} = 0,88$
9) $z_i = \frac{8-7,85}{1,3089} = 0,11$	19) $z_i = \frac{10-7,85}{1,3089} = 1,64$
10) $z_i = \frac{8-7,85}{1,3089} = 0,11$	20) $z_i = \frac{10-7,85}{1,3089} = 1,64$

**Tabel 4.7**

**Perhitungan Uji Normalitas Data Pre-Test Penguasaan Gerak Dasar Pada Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Kelompok Kontrol**

No	X	Z	F(z)	S(z)	!F(z)-S(z)
1	6	-1,41	0,0788	0,2000	0,1212
2	6	-1,41	0,0788	0,2000	0,1212
3	6	-1,41	0,0788	0,2000	0,1212
4	6	-1,41	0,0788	0,2000	0,1212
5	7	-0,65	0,2580	0,4000	<b>0,1420</b>
6	7	-0,65	0,2580	0,4000	0,1420
7	7	-0,65	0,2580	0,4000	0,1420
8	7	-0,65	0,2580	0,4000	0,1420
9	8	0,11	0,5456	0,6500	0,1044
10	8	0,11	0,5456	0,6500	0,1044

11	8	0,11	0,5456	0,6500	0,1044
12	8	0,11	0,5456	0,6500	0,1044
13	8	0,11	0,5456	0,6500	0,1044
14	9	0,88	0,8102	0,9000	0,0898
15	9	0,88	0,8102	0,9000	0,0898
16	9	0,88	0,8102	0,9000	0,0898
17	9	0,88	0,8102	0,9000	0,0898
18	9	0,88	0,8102	0,9000	0,0898
19	10	1,64	0,9498	1,0000	0,0502
20	10	1,64	0,9498	1,0000	0,0502

**d. Langkah Keempat:** Menyimpulkan Hasil Porhitungan

Sampel dinyatakan normal karena uji Liliefors menghasilkan L observasi 0,1420, lebih kecil dari L tabel 0,19. Sesuai aturan, jika  $L_o \leq L_t$  maka  $H_0$  diterima. Nilai  $L_o$  diperoleh dari perhitungan selisih tertinggi, sehingga dapat di bandingkan melalui table taraf signifikansi 0,05 dengan  $n = 20$ .

**3. Pengujian Homogenitas Varians**

Untuk menilai apakah populasi penelitian bersifat homogen, dilakukan pengujian dengan cara membandingkan varians terkecil dan terbesar. Pengujian ini pada dasarnya dimaksudkan untuk mengetahui homogenitas varians dalam populasi penelitian.

Penggunaan rumus untuk menguji kesaamn varians penelitian berdasarkan poulasi asal sampel penelitian:

$$F = \frac{\text{Varians besar}}{\text{Varians kecil}}$$

Pengujian homogenitas varians berdasarkan tahap yang di uraikan:

**a. Langkah pertama :**

$H_0$  menyatakan bahwa varians kedua kelompok homogen ( $S_1^2 = S_2^2$ ), sementara  $H_A$  menyatakan varians kedua kelompok tidak homogen ( $S_1^2 \neq S_2^2$ ), yang digunakan untuk pengujian kesamaan varians.

**b. Langkah kedua :**

Keputusan pengujian dibuat berdasarkan perbandingan  $F_o$  dan  $F_t$ :  $F_o \leq F_t$  berarti menerima  $H_0$ , sedangkan  $F_o > F_t$  menunjukkan  $H_0$  ditolak. Analisis dilakukan dengan  $\alpha = 0,05$  dan dk 19/19.

**c. Langkah ketiga :** Menghitung F observasi dengan rumus.

Diketahui :

$$S_{d_{x1}} = 1,2524$$

$$S_1^2 = 1,5685$$

$$S_{d_{x2}} = 1,3089$$

$$S_2^2 = 1,7132$$

$$F = \frac{\text{Varians besar}}{\text{Varians kecil}}$$

$$F = \frac{1,7132}{1,5685}$$

$$F = 1,0922$$

**d. Langkah keempat :** Menyimpulkan hasil penelitian

Keputusan pengujian adalah menerima  $H_0$  karena  $F_o = 1,0922$  lebih kecil daripada  $F_t = 2,168$ . Menurut penelitian ini, hipotesis nol ( $H_0$ ) mengasumsikan sampel berdistribusi normal dari populasi yang adaw, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_A$ ) menegaskan sampel tidak sesuai dengan distribusi normal.

Data penelitian ini dinyatakan layak dianalisis dengan statistik parametrik setelah melalui uji normalitas serta uji homogenitas varians yang membuktikan bahwa syarat analisis telah dipenuhi.

**C. Pengujian Hipotesa Penelitian**

Fokus penelitian ini adalah menguji hipotesis mengenai pengaruh gaya mengajar Latihan terhadap penguasaan gerak dasar shooting sepak bola pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan.

Maka penggunaan rumus sesuai untuk digunakan dalam menguji hipotesa di atas adalah uji t. Adapun rumusnya adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\left(\frac{1}{n_1}\right) + \left(\frac{1}{n_2}\right)}}$$

Untuk mendapatkan S pada rumus di atas, maka digunakan rumus:

$$S^2 = \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{(n_1+n_2-2)}$$

Langkah-langkah pengujian hipotesa penelitian adalah sebagai berikut:

**a. Langkah pertama :**

Penelitian ini menggunakan H<sub>0</sub> yang menyatakan bahwa penguasaan gerak dasar pada shooting tidak dipengaruhi oleh gaya mengajar Latihan, dan H<sub>A</sub> yang menyatakan bahwa gaya mengajar Latihan memiliki pengaruh terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan..

Hipotesa statistiknya adalah:

$$H_A = \mu_1 > \mu_2$$

$$H_0 = \mu_1 \leq \mu_2$$

**b. Langkah kedua :** Menentukan kriteria pengujian

Terima H<sub>0</sub> jika  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  ( $\alpha = 0,05$ ;  $dk = n_1 + n_2 - 2$ ) artinya tidak ada pengaruh dan tolak H<sub>0</sub> jika  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $\alpha = 0,05$ ;  $dk = n_1 + n_2 - 2$ ) artinya ada pengaruh yang signifikan.

**c. Langkah ketiga :** Memasukan besaran statistik ke dalam rumus

Untuk dapat memasukkan data statistik ke dalam rumus uji t, langkah awal adalah menghitung terlebih dahulu standar deviasi gabungan (S).

$$S^2 = \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{(n_1+n_2-2)}$$

$$S^2 = \frac{(20-1) \cdot 0,9578 + (20-1) \cdot 0,4736}{(20+20-2)}$$

$$S^2 = \frac{(19 \times 0,9578) + (19 \times 0,4736)}{38}$$

$$S^2 = \frac{18,1982 + 8,9984}{38}$$

$$S^2 = \frac{27,1966}{38}$$

$$S^2 = 0,7157$$

$$S = \sqrt{0,7157} = \mathbf{0,8459}$$

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{S \sqrt{\left(\frac{1}{n_1}\right) + \left(\frac{1}{n_2}\right)}}$$

$$t = \frac{3,3 - 0,5}{0,8459 \sqrt{\left(\frac{1}{20}\right) + \left(\frac{1}{20}\right)}}$$

$$t = \frac{2,8}{0,8459 \sqrt{0,05 + 0,05}}$$

$$t = \frac{2,8}{0,8459 \sqrt{0,1}}$$

$$t = \frac{2,8}{0,8459 \times 0,3162}$$

$$t = \frac{2,8}{0,2674}$$

$$t = 10,4712$$

**d. Langkah keempat : Menyimpulkan hasil perhitungan**

Hasil pengujian menyatakan adanya perbedaan signifikan, di mana perlakuan yang di dapatkan melalui gaya mengajar berdasarkan kelompok Latihan memperoleh rata-rata skor shooting lebih tinggi dibanding kelompok tanpa perlakuan. Hal ini dibuktikan dengan thitung 10,4712 yang melebihi ttabel 2,0243 pada taraf signifikansi 0,05 dengan derajat kebebasan 38, penolakan terhadap H0 dan menerima HA berdasarkan keputusan yang di ambil.

**D. Pembahasan Hasil Penelitian**

Terlihat adanya perbedaan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga terdapat kelompok kontrol memperoleh skor rata-rata 0,5 (SD = 0,6882) dan kelompok eksperimen mencapai 3,3 (SD = 0,9787). Hal ini membuktikan bahwa perlakuan dengan gaya mengajar dalam melakukan peningkatan penguasaan shooting yang lebih baik dibandingkan kelompok yang tidak diberi perlakuan.

Pada uraian sebelumnya telah dibahas berbagai aspek mengenai gaya mengajar Latihan. Berdasarkan sejumlah pandangan yang telah dipaparkan, peneliti menyimpulkan bahwa gaya mengajar Melalui penjelasan guru di awal pembelajaran serta penggunaan

kartu tugas untuk mempelajari gerakan, peserta didik diberi ruang untuk terlibat dalam kegiatan kognitif. Kesempatan inilah yang membuat mereka aktif, dan latihan menjadi faktor pendorong utama keterlibatan tersebut.

Kartu tugas memuat berbagai gerakan yang disajikan sebagai panduan. Hal ini membantu peserta didik dalam memahami konsep gerak sekaligus menjalankan aktivitas kognitif. Selain itu, kartu tugas peserta didik di berikan arahan untuk melakukan gerakan yang tercantum di dalamnya serta membuka peluang bagi mereka untuk menilai dan memperbaiki gerakan secara mandiri. Tentunya, seluruh proses ini tetap berada dalam pengawasan guru agar jalannya pembelajaran berlangsung dengan tertib dan terstruktur.

Dalam pelaksanaan pembelajaran dengan gaya mengajar Latihan memberikan kebebasan kepada peserta didik untuk belajar melalui pengulangan yang terencana, yang mencakup proses membangun pemahaman dan memperoleh pengetahuan. Peserta didik juga memiliki kesempatan untuk mempraktikkan gerakan, mengamati dan mencermati kartu tugas, serta memperbaiki gerakan secara mandiri. Melalui pendekatan ini, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan mereka secara menyeluruh.

Proses pembelajaran pada gerak dasar pada shooting penerapan gaya mengajar berdasarkan permainan sepak dalam menguasai gerak dengan lebih mudah sehingga dapat membantu menguasai serta mempelajari apa yang dilakukan oleh siswa. Selain mencontoh gerakan yang diperagakan oleh guru, peserta didik juga dapat memahami urutan dalam melakukan shooting melalui panduan yang tersedia di kartu tugas melalui permainan sepak bola. Dengan demikian, penerapan gaya mengajar Latihan berperan dalam meningkatkan penguasaan peserta didik melalui gerak dasar pada shooting yang dilakukan.

Berdasarkan pembahasan di atas, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah: “Penerapan gaya mengajar Latihan memberi pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan penguasaan gerak dasar pada shooting dalam permainan sepak bola pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan”..

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian menyatakan dalam penguasaan gerak dasar shooting dalam sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Touluaan meningkat secara signifikan dengan penggunaan gaya mengajar latihan. Kesimpulan ini didasarkan pada hasil uji hipotesis

yang memperlihatkan thitung sebesar 10,4712 lebih besar daripada ttabel sebesar 2,0243, sehingga H0 ditolak dan HA diterima.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dissa Jefta Z., Eduard E. Kumenap, A.R.J. Sengkey. Pengaruh Gaya Mengajar Komando Terhadap Peningkatan Gerak Dasar Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket Siswa SMP Negeri 7 Manado. Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga. Manado. 2021.
- Faruq, Muhyi. [14 Pengertian Sepak Bola Menurut Para Ahli Lengkap \(kelasjok.com\)](#). Diakses pada 8 Oktober 2024.
- Hamalik, Oemar. [6 Pengertian Pendidikan Menurut Ahli, Ada Ki Hajar Dewantara-John Dewey \(detik.com\)](#). Diakses pada 13 Oktober 2024
- Istiadah Feida Noorlaila. Teori-Teori Belajar Dalam Pendidikan. Edu Publisher. Jawa Barat. 2020.
- Jemmy Jes Mangindaan. Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Kemampuan Pasing Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa SMA Negeri 1 Amurang. Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan. Tondano, 2023.
- Kamaruddin Ilham, M., dkk. <https://www.detik.com/jateng/berita/d-7148133/penjelasan-10-komponen-kebugaran-jasmani-dan-tips-menjaganya>. Diakses pada 3 September 2025.
- Mokorowu Christin, Jes Jemmy Mangindaan, A.R.J Sengkey. Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Penguasaan Gerak Dasar Pasing Bawah Pada Permainan Bola Voli Siswa SMP Krispa Silian. Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga. Manado. 2021.
- Marcelino, J.J. Mangindaan, Djajati Lolowang. Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Penguasaan Gerak Dasar Pada Kopstand dalam Senam Lantai pada Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 1 Tomohon. Jurnal Rumpun Kesehatan Umum. Tondano. 2025.
- Melyza, Apta Rachmi Marsheilla Agus. Siswa Terhadap Proses Penerapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Pandemi Covid-19 Di SMA Negeri 1 Padang Cermin. Journal Of Physical Education. Padang. 2021.
- Medcom.id. [Mengenai Teknik Shooting dalam Sepak Bola, Jenis hingga Tipsnya](#). Diakses pada 23 Oktober 2024
- Soeda, Rian A, *et al.* Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Siswa SMP Negeri 5. Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi. Tondano. 2022.

Sudjana. Metode Statistika. Tarsito, Bandung, 1984.

Tangel, Veronika, et al. Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Gerak Dasar Shooting Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Smp Krispa Silian. Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga. Tondano, 2021.

Winarno Surahmad, Pengantar Penelitian Sosial Dasar Metode Teknik. Penerbit Tarsito, Bandung, 1998.